VIVIR [+] DOMINICAL

EDICIÓN #074 | 15 DE JUNIO DE 2014



'MAN CAVE'

Un santuario masculino para relajarse

Maridaje, el arte de combinar platos y bebidas

actualidad

Padres e hijos: la construcción de la masculinidad

La Prensa

EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ



@revistavivirmas



La única forma de apreciar los aromas y sabores de cualquier bebida es respetando la temperatura de servicio adecuada. Armonizar el sabor de la bebida con la comida es uno de los aspectos más importantes del trabajo del 'sommelier'.

MARIDAJE: EL ARTE DE COMBINAR PLATOS Y BEBIDAS | Pág. 12



en la portada
FOTOGRAFÍA *NYT Images*
CONCEPTO *Vanessa Crooks*

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Presidente LUIS NAVARRO LINARES
Directora LOURDES DE OBALDÍA
Director Asociado ROLANDO RODRÍGUEZ B.
Subdirector y editor ejecutivo FERNÁN MOLINOS
Subdirectora MÓNICA PALM

Editor
TAMARA DEL MORAL
Redactores
TAMARA DEL MORAL
ANAXIMENA ESQUIVEL OLMOS
MELISSA PINEL Z.
THALIA S. MORALES
Editor General Gráfico
RICARDO J. BERMÚDEZ
Diseño Editorial
VANESSA CROOKS
DENIA RODRÍGUEZ

Fotografía
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
Colaboradores
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
ANDRÉS MARTÍNEZ FRANCESCHI
Corrección
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
Producción
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

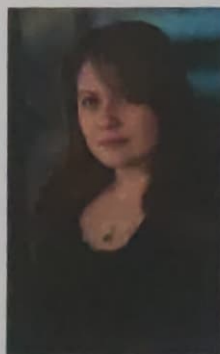
Gerente General JUAN CARLOS PLANELLS
Gerente de Mercadeo SUDY SALENCE
Gerente de Publicidad ISMARÍ PIMENTEL
Departamento Comercial
Teléfonos para ventas: (507) 323-7400 / (507) 323-7283
Correo electrónico: ventas@prensa.com



Relajarse después del trabajo o de una semana difícil. Despejar la mente. Subir los pies en una mesa sin que lo "regañen", vivir la aventura y acción de una película o serie. Tomar una cerveza con los amigos... Hoy le dedicamos la sección de decoración a ese espacio tan personal de los hombres, ese refugio llamado popularmente *man cave*, donde pueden sentirse a gusto y explotar sus *hobbies*. Uno muy popular es el de los videojuegos. Les traemos un resumen sobre las novedades de la feria E3 de Los Ángeles. Sopa borracha y arroz con leche, dos postres tradicionales protagonizan hoy la sección de Gastronomía. Andrés Martínez, colaborador y *sommelier*, nos brinda algunos consejos sobre el maridaje, el arte de combinar una comida con la bebida; y en Mascotas, Gerardo Gandsas aborda los requerimientos de los gatos. No se pierda, además, la sección de televisión. Los invitamos a seguirnos en Instagram, donde podrán ver más fotos sobre una variedad de temas, incluyendo decoración, turismo y tecnología. Aprovechamos también para felicitar a los padres, padrastros, hermanos, tíos y abuelos responsables que crían y orientan a sus hijos –biológicos o no– sobrinos o nietos, con amor, respeto y valores, y a los hombres que sirven como modelo masculino, sano y positivo para los niños varones. En este Día del Padre, Olga de Obaldía examina el tema de padres e hijos y la construcción de la masculinidad. ¡Que pasen un excelente día!

Saludos,

[+]



EDITORA
Tamara Del Moral
tdelmoral@prensa.com



Síguenos en Instagram
@revistavivirmas

FE DE ERRORES. *En el artículo "La hora del té. Tradición, historia y salud", publicado el 8 de junio, al final de la página 8 donde dice: "En Panamá se está bebiendo más té en busca de alternativas al café y el azúcar, y actualmente están de moda las "tardes de té" en diferentes sitios, como en Chez Titi, un salón de té en las Hadas del hotel Sheraton..." Debió decir: ...como en Chez Titi, un salón de té, y en Las Hadas del hotel Sheraton...*



Santuarios PARA ELLOS

No espere encontrar accesorios que puedan romperse. Se trata de decoración funcional con muebles cómodos. Un bar, una pantalla plana con sonido envolvente, consolas de videojuegos y mesas de billar son un *must*, igual que los sofás de cuero y las sillas tipo 'lounge'. Bienvenidos al 'man cave' 2.0.

Es un castillo, una fortaleza, un templo. Parecido a la cueva de Batman, llena de artefactos tecnológicos, carros, motos y artículos relacionados con las actividades fuera de los círculos sociales.

Anaximena Esquivel Olmos
•aesquivel@prensa.com

Cuántos hombres, de distintas edades y profesiones, solteros o casados y con diversos intereses, no desean llegar a casa, a ese lugar especial –una oficina, estudio, sótano, depósito o cuarto de entretenimiento– que lo recibe con calidez y comodidad, y que considera como una "guarida" donde se permite "despejarse" de los asuntos del trabajo y disfrutar de sus gustos y *hobbies*, ya sea con su familia, amigos o solo.

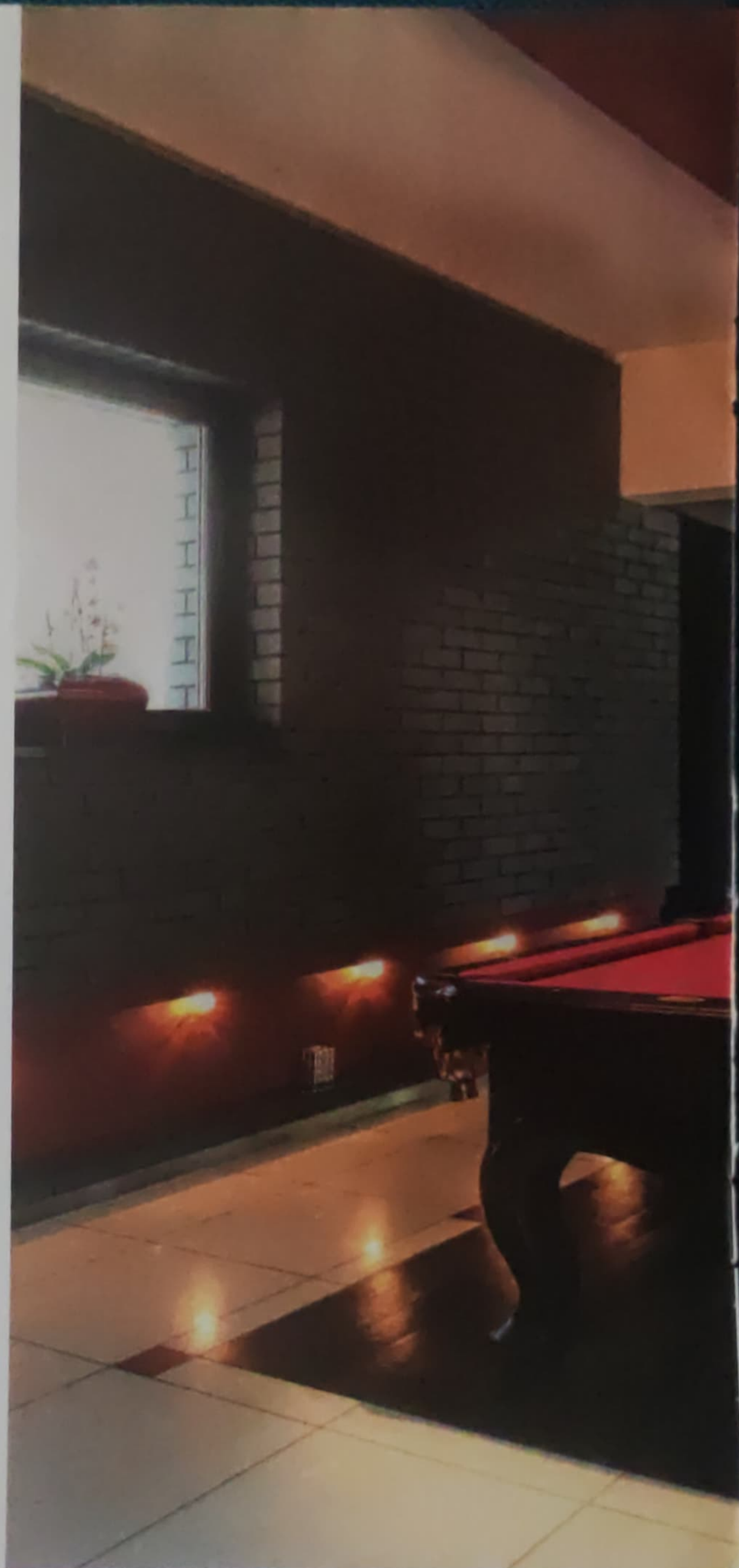
Luis Carlos Herrera Zurita, diseñador de interiores de Artisan Concrete Design Studio, resalta que ese *man cave* es un espacio donde todo hombre quiere sentirse como tal y que puede ser desde un garaje desocupado (como ha demostrado el *celebrity* de la TV Bruce Jenner) hasta una habitación que no está en uso o un den.

El arquitecto Rodrigo Díaz Cabal añade que en el *manctuary* no hay las formalidades que se guardan en el resto del hogar. Es una especie de retiro de las tensiones y del estrés diario donde el hombre puede disfrutar de sus pasatiempos, y el sitio ideal para que demuestre lo que le apasiona, ya sean los carros, la música, los deportes o un equipo específico, entre otros.

DISEÑO DEL REFUGIO VARONIL

Aunque a los hombres no les gusta pensar mucho en la decoración de una habitación, cuando se trata de su refugio, donde pueden hacer lo que quieran sin molestar a nadie y "desconectarse", merece la pena que dediquen algo de tiempo para organizar los detalles.

sigue [+]



'Man cave': el santuario que sueña todo hombre

Espacio relajante. La habitación especial del hombre de la casa para ver televisión, deportes, jugar billar o videojuegos con los amigos, también puede ser elegante, aunque no guarde relación con el estilo decorativo del resto de la casa. FOTOLIA

[+]

Hay tres conceptos esenciales al diseñar un *man cave*: calidad, comodidad y personalidad. Recuerde, además, que una habitación se diseña pensando en la forma y función.

Herrera Zurita explica que la tendencia arquitectónica y el diseño general apuntan a que los varones transformen con mejoras y opciones estéticas masculinas las habitaciones que serán los respectivos *man caves*.

Díaz Cabal agrega que tal como la personalidad de un individuo, su espacio personal es único, propio e inigualable, y sus materiales, colores y acabados son el reflejo de su espíritu. De esta manera, la decoración dependerá de los gustos del usuario, sus pasatiempos, qué es lo que desea exhibir y del objetivo que quiera lograr con ese ambiente.

EL 'MAN CAVE' DA LA SENSACIÓN DE REJUVENECER. RECUERDE ESCOGER LOS MUEBLES PENSANDO EN EL ESPACIO Y LA COMODIDAD.



'Grand confort'. *Visto como símbolo de éxito, este estilo de mueble ha inspirado muchos modelos. Ideal para una 'guarida' masculina.* GETTY IMAGES

El hombre escoge un tema principal con el que lo asocien; pueden ser varias cosas en las que está interesado. Herrera Zurita recalca que es importante incorporar esos elementos que definen sus preferencias.

Para una decoración masculina, Angelee Barrancos, diseñadora de interiores de BYM Design, aconseja considerar materiales fríos, cuero, metales, piedras pulidas o rústicas, mezclados con una paleta de colores limitada con tendencia a tonos oscuros.

• Las cosas que compre deben ser preferiblemente de calidad; serán más duraderas, y si les cae algo encima, se dañan o se rompen, en muchos casos se pueden reemplazar si son originales.

• Tenga en mente que este es el espacio ideal para la colección que tanto anhela él exhibir, porque está orgulloso de tenerla.

Ya sean muñecos de **Star Wars**, álbumes discográficos, botellas o latas vacías, afiches de su equipo favorito, letreros de neón, cabezas de animales falsas, recuerdos de un equipo deportivo, gorras de béisbol o banderas, son solo algunas ideas. Y si no tiene una colección, quizás sea tiempo de comenzarla. Cualquier artículo que tenga un valor especial para él, puede ser considerado "arte" en el *man cave*.

• Otra idea original es añadir bustos y estatuas para que el lugar se asemeje a un museo. También se pueden colocar réplicas de los jugadores o de los mejores momentos de un atleta.

• Los relojes de pared le dan un toque masculino al espacio. Se encuentran en una variedad de estilos, tamaños y colores. Aunque los más tradicionales pueden inclinarse por el reloj redondo, otros podrán buscar uno que se asemeje a un marcador deportivo.



Informal. *Con unos muebles cómodos, una nevera y artículos personales entrañables, un depósito o sótano puede convertirse en un espacio para liberarse del estrés.* MCT DIRECT

LOS DETALLES PEQUEÑOS Y CON SIGNIFICADO TRANSFORMAN UNA HABITACIÓN COMÚN Y CORRIENTE EN UNA EXCEPCIONALMENTE DECORADA.



EL MOBILIARIO

Los muebles para un *man cave* deberían parecer exagerados, duraderos y cómodos. Lo más probable es que estos tendrán que soportar la visita de muchos amigos, y con la emoción por un partido o una pelea en la televisión, también algún derrame de bebidas y comida.

• Una opción excelente para un estilo sofisticado y con clase son los sofás de cuero. El cuero ofrece un *look* masculino, elegante y fácil de limpiar. Si no le gusta el cuero, puede elegir una microfibra duradera y resistente a las manchas.

• Escoja muebles grandes, ya que los hombres quieren relajarse y subir los pies. Un sillón reclinable es un acierto.

• Muebles de madera oscura combinados con paredes en colores profundos, como el burdeos, harán que la habitación se sienta rica y elegante.

Angelee Barrancos explica que lo mejor es crear un punto focal, como una gran silla que resalte, una lámpara grande o una escultura que se haga notar.

• No está de más incluir un escritorio robusto, estantes con sus libros, de los que recuerda las citas de su autor favorito, una mesita que encuadre la habitación para las conversaciones controversiales que tendrá con sus amigos a altas horas de la noche y, por supuesto, una silla reclinable para sentarse después de un día de trabajo y, simplemente, "desconectarse".

• Una silla de cuero, aunque resultará más costosa, es una inversión que valdrá la pena. Es resistente al agua y a los niños pequeños, y está eternamente de moda.

• También es recomendable colocar una alfombra para que el piso esté cómodo y aísle los ruidos.

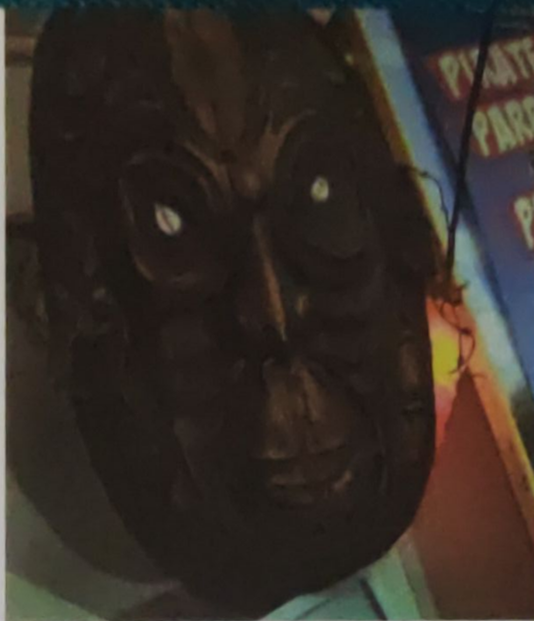
El diseñador francés LeCourbusier supo cómo plasmar la silla soñada de todo hombre: el Grand Confort de cromo con acero y cojines de cuero se roba el protagonismo en los *man caves*.

OPCIONES PARA EL ENTRETENIMIENTO

Díaz Cabal reitera que, en un verdadero *man cave*, no hay reglas. Posiblemente, habrá algún sofá, un televisor (preferiblemente de pantalla grande), equipo de sonido, alguna consola de videojuegos (o varias), mesa de juegos y, muy probablemente, una refrigeradora, minibar o una minicava.

• Asegúrese de tener los canales de

sigue [+]



Decoración masculina. *Cuero, metales como el cromo, piedras pulidas, materiales naturales como la madera y una paleta de colores limitada con tendencia a tonos oscuros.* MCT DIRECT | FOTOLIA

YA SEA PARA GUARDAR CERVEZA O UN 'DIP' MEXICANO, SIEMPRE ES BUENO TENER UNA NEVERA CERCA. PUEDE SER UN MINIBAR O, SI LO PREFIERE, INSTALAR UNA VINOTECA.

[+]

deportes para ver los partidos de la temporada.

• Otras ideas originales pueden ser una mesa de billar o de fútbol, juego de ajedrez, tablero de dardos o una mesa redonda para jugar póquer. Cuando compre los demás muebles, tenga estos en mente para dejar el espacio correspondiente.

• Además de la refrigeradora, puede incluir máquinas expendedoras o de palomitas de maíz, *putting greens* si es amante del golf, instrumentos musicales, bases de micrófonos y amplificadores, una rocola, *ring* de boxeo, un bar y memorabilia deportiva como trofeos, aconseja Herrera Zurita. No está de más su consola favorita para jugar **Grand Theft Auto** y **Call of Duty**.

En todo momento, la decoración debe guardar un balance entre los gustos personales y lo tradicional. La llave para todo es el arreglo, y se trata más que nada de descifrar qué es lo que quiere sin importar cuál sea su estilo, su presupuesto o su propósito, siempre que sea el suyo.

Es importante recordar que grandes obras artísticas, inventos y avances en las ciencias han ocurrido en espacios similares a lo largo de la historia humana, debido a que el espacio para el ocio y el retiro es necesario para la generación y el desarrollo de las ideas, explica Díaz Cabal. Igual que es beneficioso para la salud de parejas, agrega Barrancos.



VIDEOJUEGOS: LO MÁS DESTACADO DE LA FERIA E3



Servicios internacionales • vivirdominical@prensa.com

Call of Duty Advanced Warfare, **FIFA15**, **Sunset Overdrive**, **Forza Horizon 2**, **Fable Legends**, **Dance Central Spotlight** y **Halo: Master Chief Collection** son algunos de los títulos presentados en la XX edición de la feria E3 de Los Ángeles.

Sony exhibió su colección para PlaySation 4, PlayStation 3 y PS Vita, y anunció la PlayStation TV, que permite jugar desde un segundo televisor alejado de la consola, que llegará a Europa, Canadá y EU en el otoño (boreal); y la versión beta de su servicio de juego en la nube, PlayStation Now, que saldrá en EU y Canadá en julio próximo.

Microsoft expuso juegos para la Xbox, algunos inéditos, de los que dejó ver muy poco, como **Evolve**, **Ori and the Blind Forest** y **ScaleBound**, y otros conocidos, como **CrackDown** y **Phantom Dust**, además de **Dragon Age: Inquisition**, **Tom Clancy's The Division** y **Assassins Creed Unity.**

Nintendo promocionó Amiibo, un modo de juego que permite añadir a diversos juegos sus personajes (Pikachu, Mario, etc.), a través de unas figuritas físicas con un chip que se conecta inalámbricamente con la consola Wii U.

La realidad virtual también tuvo su espacio. Se mostraron el prototipo de Sony Project Morpheus, un casco que saldrá en 2015 como un subsistema de la PS4, las gafas Oculus Riff y el chaleco de vibraciones KOR-FX, que convierte los sonidos de la acción en pantalla en palpitaciones que se sienten en el pecho.










FOTOLIA

variedades_ #Maridaje

Maridaje, el arte de combinar platos y bebidas

Algunos vinos no tienen sentido sin el plato indicado y hay platos que potencian su sabor de forma increíble con el vino acertado. Todas las bebidas se deben combinar con la comida para maximizar la experiencia gastronómica.

• Andrés Martínez Franceschi • vivirdominical@prensa.com

El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define el maridaje como la "unión, analogía o conformidad con que algunas cosas se enlazan o corresponden entre sí".

En el contexto de la *sommellerie*, llamamos maridar al arte de combinar platos y vinos (u otras bebidas). Jamás podría insistir lo suficiente sobre su importancia. De hecho, es el motivo por el cual los *sommeliers* desempeñan un papel fundamental en la escena del *boom* gastronómico.

Por el lado de los vinos, existen los que no tienen sentido sin el plato indicado y hay platos que potencian su sabor de forma increíble, con el vino acertado. Por el lado de las otras bebidas: la cerveza, los destilados, los licores, los cocteles y hasta las bebidas sin alcohol, todas se deben combinar con la comida de manera tal que maximicen la experiencia gastronómica.

En cualquier caso, hay maridajes adecuados en los que ambos componentes se acompañan, se piden permiso amablemente y producen una sensación placentera y no una desagradable, como la acentuación exagerada de algún sabor (dulce, ácido, amargo, salado o *umami*) y creo que hay maridajes excelentes, en los que ambos componentes combinados se potencian mutuamente de forma excepcional y producen una persistente explosión de sabor en la boca. Armonizar el sabor de la bebida con la comida es uno de los aspectos más importantes del trabajo del *sommelier* y también implica una coordinación con el cocinero.

Paso a dejarles algunos consejos prácticos sobre el maridaje, que estoy seguro les será de gran utilidad:

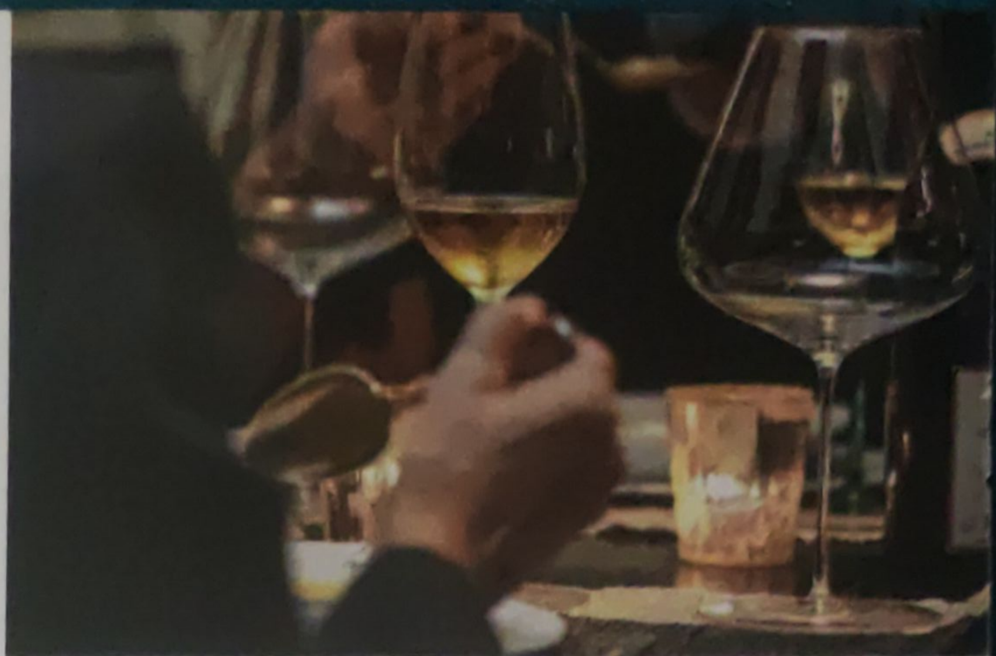
1. Respetar la concordancia vertical.

Los vinos deben seguir un orden de menor a mayor grado alcohólico, de blancos ligeros a tintos robustos y terminar con los vinos dulces. Esto debe coincidir con el orden de los platos, desde los aperitivos sencillos y ensaladas, pasando por las carnes blancas, luego las carnes rojas y, por último, los postres. Así, unas ostras frescas irán bien con un espumante, una segunda entrada, por ejemplo, una ensalada de remolacha con hojas verdes y queso de cabra, irá bien con un Sauvignon Blanc, una cazuela de cordero irá bien con un Syrah y un flan irá bien con un vino de cosecha tardía.

2. Que haya una concordancia horizontal.

Ésto significa que tiene que haber una coherencia entre la calidad y naturaleza del plato y el vino. Por ejemplo, la champaña es una bebida delicada y aristocrática, y se debe combinar con un plato acorde. Un detalle que suele ayudar es que un color parecido del vino con la comida, en principio, puede ser indicio de un buen maridaje. Las hojas verdes combinan con el color amarillo verdoso del Sauvignon Blanc, el caldo del cordero con sus pimientos rojos y zanahorias cocidas combinan con el color granate profundo del Syrah, el color del flan combina con el color dorado del vino cosecha tardía o de un ron añejo o de un *whiskey straight bourbon*. El color del salmón ahumado nos recuerda a un rosé y un queso Gouda madurado con dulce de membrillo va fantástico con una cerveza oscura tipo ale.

sigue [+]



[+]

3. El maridaje regional no falla.

Es el más fácil y consiste en que los vinos y platos de una región se maridan por sí solos. Ésto se debe a que en muchos países, sobre todo en Francia, Italia y España, el vino acompañó la comida desde la antigüedad (más por una cuestión sanitaria que por sofisticación) y las tradiciones culinarias de siglos se fueron desarrollando junto con la elaboración del vino local. Debido a ésto, un vino italiano no se puede terminar de entender hasta que lo combinamos con un plato de pasta. Ocurre exactamente lo mismo con el Malbec argentino y la carne de ganado alimentado a pasto de las pampas o un Zinfandel y un auténtico BBQ americano, solo por mencionar algunos ejemplos.

4. La ocasión de consumo.

Creo que es uno de los aspectos más ignorados. A menudo ocurre que uno va a una barbacoa a la playa y nos sirven un Cabernet Sauvignon y, entonces, lo próximo que ocurre es que más de uno le empieza a poner cubitos de hielo al vino. Elija mejor un Rioja crianza o un Chianti joven, sencillos y suaves y verá cómo todos lo disfrutan. Deje el Cabernet para agasajar a un norteamericano en una cena de negocios, por ejemplo.

5. Practique la noción del menú por pasos.

Si empieza con una entrada de mariscos, pida un blanco fresco, como un Torrontés o un Rueda, y si sigue con carne, pida pan y agua para limpiar el paladar primero y continúe con un tinto acorde. Tomar distintos tipos de vino en el curso de una comida no es consumir más alcohol, sino aprovechar y disfrutar de los contrastes.

6. Los enemigos del vino.

El vinagre, los vegetales de texturas fibrosas como los espárragos o la espinaca (nos dan notas vegetales agudas o "metálicas"), las aceitunas, el huevo (obstruye las papilas gustativas), el ajo o la cebolla, son todos ingredientes que por sí mismos arruinan el sabor del vino y se deben combinar con salsas u otros aderezos para suavizarlos.



7. Evite los vinos tintos con mariscos o pescados.

El yodo que contienen también produce una nota "metálica". La fuerte estructura de un tinto suprime el delicado sabor de los productos de mar y algunos mariscos que tienden a ser salados, agudizan sus taninos.

8. El ingrediente puente.

Identifique las notas predominantes en el vino y combínelas con el ingrediente. Un Pinot Noir con notas de hongos silvestres y trufas irá perfecto con un filete con hongos. Si siente que el Pinot Grigio que toma tiene notas de limón, busque un cítrico y agregue generosamente su jugo al cóctel de camarones o al *carpacho*.

TOMAR DISTINTOS TIPOS DE VINO EN EL CURSO DE UNA COMIDA NO ES CONSUMIR MÁS ALCOHOL, SINO APROVECHAR Y DISFRUTAR DE LOS CONTRASTES.



9. El maridaje por contraste.

Platos picantes con vinos frescos y ácidos, por ejemplo, tacos de carne con un Chianti joven. Carnes muy grasas con vinos tánicos astringentes, que cortan la sensación pastosa que queda en la boca. Quesos muy salados con vinos dulces, por ejemplo, el Roquefort con un Madeira de Portugal es una famosa y explosiva combinación.

Para concluir, la única forma de apreciar los aromas y sabores de cualquier bebida es respetando la temperatura de servicio adecuada.

Los destilados tienen mucho alcohol, que al volatilizarse con el calor, se hace insoportable tomarlos a la temperatura ambiente de Panamá. Sobre todo los destilados añejados en barrica, que tienen complejidad aromática y están elaborados para tomarlos solos, como el coñac, el whisky, el ron añejo, etc. Es mejor guardarlos en la nevera. El frío no altera sus aromas y podrá acercar la nariz para olerlos. Lo mismo pasa con los de cosecha tardía.

"El vino tinto se debe tomar a temperatura ambiente", suelo escuchar. Es cierto, pero el dicho proviene de Europa y se refiere a la temperatura de un país templado, entre 14°C y 18°C . Si tomamos un tinto por debajo de ese rango, el frío agudiza los taninos y el amargor del vino, y si lo tomamos por arriba, el calor agudiza el alcohol. Este rango también es para los Porto tintos.

Los vinos blancos y espumantes jóvenes y las cervezas lager se deben tomar a 7°C porque el frío resalta la acidez y el gas carbónico. Las cervezas tipo ale, al igual que los espumantes y vinos blancos gran reserva, admiten un servicio a 12°C, para resaltar su complejidad aromática.

***El autor es sommelier de Patagonia Grill**

Dulces tradiciones que **alegran el espíritu**

En Panamá, la sopa borracha y el arroz con leche se ofrecen principalmente en las bodas y tras el avistamiento del primer diente de un bebé.

Thalia S. Morales • thalia.morales@prensa.com

Recuerdo las recetas que preparaba mi mamá cuando yo era pequeña. Una vez la vi bastante estresada con una sopa borracha que estaba preparando para una boda. ¿Tanta cosa para qué?, pensaba a mis seis años. El bizcocho, las pasas, el ron... el añejamiento. Pero al final, la receta fue exitosa. Años después, una compañera de trabajo me decía: "Cuando te cases, tráeme sopa borracha...". En realidad no le había prestado mucha atención, pero cuando llegó el día, serví sopa borracha en pequeños envases y la compartí entre familiares, amigos y compañeros.

Para mi madre fue todo un acontecimiento. Este postre parece fácil de hacer, pero fueron casi dos semanas de preparación porque tiene su truco. La clave está en el añejamiento y la magia se refleja en el resultado: un bizcocho aireado empapado en jarabe dulce y mucho sabor a ron. En el

sigue [+]

Orígenes. La sopa borracha es una receta panameña, según coinciden expertas en la gastronomía local. En España, Puerto Rico, Costa Rica, Nicaragua y México se prepara un plato similar con bizcocho y ron, pero se sirve más en Navidad y patronales que en las bodas. Una hipótesis indica que este dulce era un postre fino de la región de Campeche, México, originario de los mayas.

IVÁN URIBE | LA PRENSA | CORTESÍA DELY-CIOSURAS



primer bocado cuidadosamente se siente el sabor... el almíbar y el ron se complementan perfectamente.

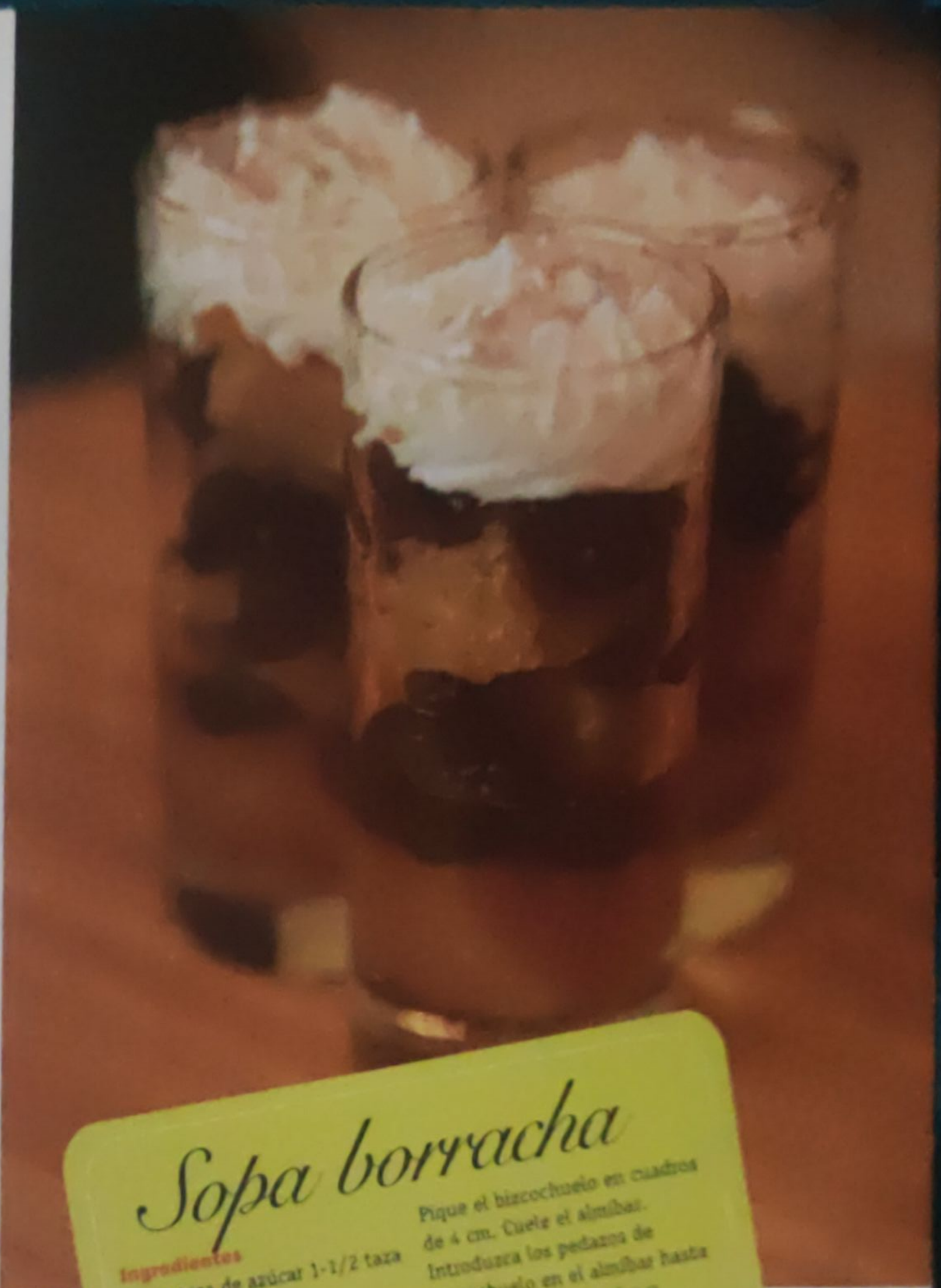
Al consultarle a varios conocedores de este platillo, coincidían en que es importante que quede húmedo, que no se despedace y que no quede tan "borracho", porque habría que colocarle más bizcocho.

Muchos platos que dieron origen a la gastronomía panameña tienen influencia europea, principalmente de España. Tal es el caso de la sopa borracha y del arroz con leche, dulces tradicionales que se ofrecen en bodas y tras el avistamiento del primer diente de un bebé. Se acostumbra repartirlos entre la familia, amigos, vecinos y compañeros de trabajo, como una forma de expresar la alegría de estos acontecimientos.

ANTECEDENTES

Entre los libros de la colección de "La biblioteca de la mujer", escritos por la condesa Emilia Pardo Bazán, se encuentra el tomo 10, titulado **La cocina española antigua**, publicado en Madrid en 1913, en donde se describen tres tipos de sopa borracha. La obra explica que se le llama sopa borracha al pan o bizcocho mojado en vino. La sopa de loro o de bestia cansada se usaba para devolverles el vigor a los carreteros y mayorales después de una larga jornada. Se empapaba un trozo de pan y dentro se ponía vino tinto o vino rebajado con agua y se cubría con azúcar.

La sopa borracha era más refinada; se elaboraba poniendo bizcochos en la cazuela y empapándolos en vino tinto con canela y azúcar. El pan se podía reemplazar por rebanadas de pan tostaditas. Y la sopa borracha de torrijas, que consistía en rebanadas gruesas de pan se rebozan en huevo y se fríen en manteca de cerdo o vaca. Se dejan enfriar y se colocan en una fuente, "emborrachándolas" con vino blanco. Se añade azúcar, un polvo de canela y una cucharada



Sopa borracha

Ingredientes

1-1/2 taza de azúcar 1-1/2 taza de agua
1 paquete de 225 gramos (8 oz.) de ciruelas pasas
1 taza + 2 cdas. de jerez
3/4 taza de ron añejo
1/2 plancha de bizcochuelo de 33 cm x 23 cm
Almendras blancas o grageas plateadas para decorar

Procedimiento

Disuelva el azúcar con el agua en una olla mediana. Agregue las ciruelas. Cocine a fuego medio hasta obtener un almíbar. Retire del fuego, deje refrescar un poco y agregue el jerez y el ron. Revuelva bien.

Pique el bizcochuelo en cuadros de 4 cm. Cuele el almíbar. Introduzca los pedazos de bizcochuelo en el almíbar hasta que estén bien mojados y colóquelos en la bandeja donde va a servir el dulce. Alterne los pedazos de bizcochuelo con las ciruelas que cocinó en el almíbar. Cuando termine con el bizcochuelo, vierta lo que le queda de almíbar sobre el dulce y rocíe con las 2 cucharadas de jerez. Decore con las almendras blancas o grageas plateadas. Refrigere. Se debe dejar fuera de la nevera como una hora antes de servir. Rinde 6 porciones.

Receta por Julieta de Diego de Fábrega



Cocción. *Cuando lea la receta controle la tentación de aumentar la cantidad de arroz, ya que por la cantidad de líquido que se usa para cocinarlo crece muchísimo. Use una olla amplia y de fondo grueso.*

IVÁN URIBE | LA PRENSA | CORTESÍA DELY-CIOSURAS



DESDE EL PUNTO DE VISTA NUTRICIONAL, EL ARROZ CON LECHE APORTA PROTEÍNAS Y CARBOHIDRATOS.

de coñac. Esta sopa se conocía como un "plato de capricho" y se servía semihelada.

LA TRADICIÓN

La chef Delyanne Arjona se ofreció a prepararnos estos platillos para la sesión fotográfica en Dely-ciosuras en San Francisco. Xenia de Saint Malo -abuela de la chef- explica que aprendió a elaborar la sopa borracha a los 16 años y se lo enseñó a su nieta. "Es una receta que se caracteriza porque se pasa de generación en generación", cuenta Xenia. Su maestra fue Chavela Simons de Vélez, una conocida experta en gastronomía panameña.

Julieta de Diego de Fábrega, columnista de la revista **Ellas** y quien fuera editora del suplemento **A la Mesa** por más de 10 años, añade que la sopa borracha y la sopa de gloria para las bodas son los dulces con más tradición. La experta coincide con de Saint Malo en que les recetas suelen guardarse en familia y pasarse de generación en generación. En la mayoría de los casos "las medidas eran muy sui géneris, es decir, se usaban para medir implementos que las cocineras tenían a mano, como aquella tacita especial con que se medía el azúcar o la jarrita que indicaba la cantidad de leche". Por ejemplo, en el caso de los platillos que se preparan con leche evaporada y/o leche condensada, la medida que se usaba era la lata y muchas veces esta servía también para medir otro ingrediente.

Entre sus anécdotas, la columnista cuenta que en tiempos pasados se hablaba de "pedir la receta" y recuerda cuando llamó a Blanca Varela de Roux –la abuela de su esposo– para que le diera la receta de su sopa borracha "que era muy famosa". Ella la mandó a buscar papel y lápiz y empezó: "1 bizcocho de 4 dólares"... Le tocó investigar cuánto medía ese bizcocho que costaba 4 dólares en sus días de cocinera, ya que para entonces los precios de seguro no serían los mismos.

"La sopa borracha es uno de esos postres que amas u odias por el nivel de dulce que tiene", explica Melanie Salazar, chef directora y propietaria de Mise en Place Escuela de Artes Culinarias. El primero que hizo fue bajo la supervisión de su madre, "así que era imposible que quedara mal, ella es perfeccionista y una amante de hacer dulces", afirma.

Cuenta la tradición que la sopa borracha panameña fue hecha cuando nuestras tatarabuelas pensaban en cómo se podía conservar mejor el bizcocho para las bodas, y con el tiempo se modificó y se le añadió clavitos de olor, canela y pasas.

DIVERSIDAD Y NOVEDADES

Según de Fábrega, a pesar de las diferencias que pueden surgir entre una receta y otra, tanto para la sopa borracha como

sigue [+]



Preparación. *El arroz con leche requiere mucha paciencia. Se recomienda que se revuelva la mayor parte del tiempo pues al menor descuido, se pega y/o se ahuma.*

IVÁN URIBE | LA PRENSA | CORTESÍA DELY-CIOSURAS

para la sopa de gloria, hay ingredientes que son básicos y se repiten, siendo el bizcochuelo de base el principal. En el caso de la sopa borracha es muy importante el almíbar, el cual se "emborracha" con ron y jerez (u otro vino dulce al gusto) y es allí donde se hidratan la pasas que luego se distribuirán entre las capas de bizcocho mojado en almíbar y que sirven también como decoración.

Las mesas de postres en las bodas se han convertido en uno de los puntos focales de la decoración, de acuerdo con Fábrega, quien indica que las cocaditas y los huevitos de leche también son servidos en las bodas. Una versión moderna de los postres tradicionales húmedos como la sopa borracha, la sopa de gloria, el tres leches, el bocado del rey y otros, consiste en servirlos en pequeños vasitos de *shots* y colocarlos en bandejas a diferentes alturas en la mesa.

En tanto, Salazar recomienda que para garantizar el éxito de la sopa borracha hagan su propio bizcocho de vainilla "para realzar el sabor y la frescura del postre".

Arroz con leche

Ingredientes

1 taza de arroz
2 tazas de agua
2 rajas de canela
1 litro de leche
2 latas de leche condensada de 397 gramos c/u
1/2 cdta. de sal
1 cdta. de vainilla

Procedimiento

Lave bien el arroz. Cocine en las dos tazas de agua con las rajas de canela hasta que se empiece a ablandar y se haya evaporado la mayor parte del agua. Agregue las leches, la sal y la vainilla, y siga cocinando, revolviendo ocasionalmente, hasta obtener el espesor deseado. Recuerde que cuando se enfría espesa un poco más. Retire del fuego y deje refrescar. Pase a un recipiente y coloque papel plástico de cocina pegado al arroz con leche y refrigere hasta el momento de servir. Rinde 12-15 porciones.

• **Receta por Julieta de Diego de Fábrega**

EL DULCE ARROZ

El arroz con leche es otro postre tradicional que se ofrece cuando le sale el primer diente a un bebé y cuya receta se traspasa por generaciones. "Se trata de un postre típico del norte de España. En Asturias, Cantabria y el País Vasco es donde nace este postre popular, que además aprovecha la buena leche que se produce en sus prados", destaca el sitio *www.acocinar.com*.

La persona que le ve el primer diente a un bebé es quien tiene la responsabilidad de preparar una buena olla de arroz con leche para brindarlo entre familiares y amigos a fin de que el regalo sea el portador de la noticia. Para esta entrega, la madre del bebé prepara los envases y los decora con el nombre de su hijo como recuerdo. Algunas opciones son los frascos reciclados de las compotas.

Julieta de Diego de Fábrega intuye que esta tradición nace de la idea de que ya el niño puede "masticar" y el arroz con leche sería apropiado. "Por supuesto que siem-

GENERALMENTE QUIEN AVISTA EL DIENTE DEBE COCINAR EL ARROZ CON LECHE. LAS MADRES GUARDAN LOS FRASCOS DE COMPOTA PARA SERVIRLO, Y ESTOS SON DECORADOS CON UNA ETIQUETA CON EL NOMBRE DEL BEBÉ.

pre suele ser la madre o la abuela de la criatura quien avista ese primer diente, que generalmente sale en la encía inferior".

La conocedora indica que además de su origen español, se habla de la posibilidad de un origen árabe. El ingrediente básico es el arroz, que se cocina primero en agua hasta que se suavice y luego se le añaden la leche, el azúcar y otros saborizantes, entre los que se destacan la canela, cáscaras de cítricos, siendo las más populares la de naranja y la de limón, vainilla y licores, pasitas y nueces molidas, entre otros.

En su casa, muchos dientes fueron anunciados no solo con arroz con leche, sino también con arroz con cacao, que es la versión con chocolate del dulce tradicional. "El arroz con cacao, decimos nosotros, debe servirse bañado con una buena porción de leche de coco de la que se exprime fresca en casa, no de la comercial".

La chef Delyanne Arjona añade que la receta ha evolucionado y puede llevar más ingredientes como chocolate y en vez de pasitas, se puede sustituir por otros frutos secos como piña y dátiles. También mencionó el arroz con leche con *cranberries (arándanos)* y dulce de leche.

Melanie Salazar recomienda que a la hora de preparar el arroz con leche se compre "el más limpio, blanco y de grano largo". Es una receta difícil de ejecutar y se le debe guardar respeto con los ingredientes, para que uno pueda cerrar los ojos y decir: "sabe igualito al de mi abuela".



Rol. Los niños varones requieren crecer junto con su padre o algún pariente hombre que le sirva de modelo sano a quien seguir. Nada es más destructivo para la construcción de la identidad masculina responsable que crecer sin esa figura. FOTOLIA

Padres e hijos: la construcción de la masculinidad

El conflicto eterno entre el hijo que admira, imita y/o compite con el padre por la definición de su identidad masculina tiene componentes biológicos, sociales y culturales que marcan esta relación primordial.

Olga de Obaldía •@Okideobaldia • vivirdominical@prensa.com

De acuerdo con los expertos, la relación entre padres e hijos varones está mediada por la búsqueda y la definición de la masculinidad. "Los niños varones quieren ser como sus padres al crecer. El cerebro humano está cableado para la imitación. Cada niño ama a su padre y quiere ser capaz de hacer lo que él hace, tanto para honrarlo y ganar su aprobación como para competir con él" –dice Michael Thompson, PhD, coautor de **Raising Caín: Protecting the Emotional Life of Boys** (**Criando a Caín: protegiendo la vida emocional de los niños varones**).

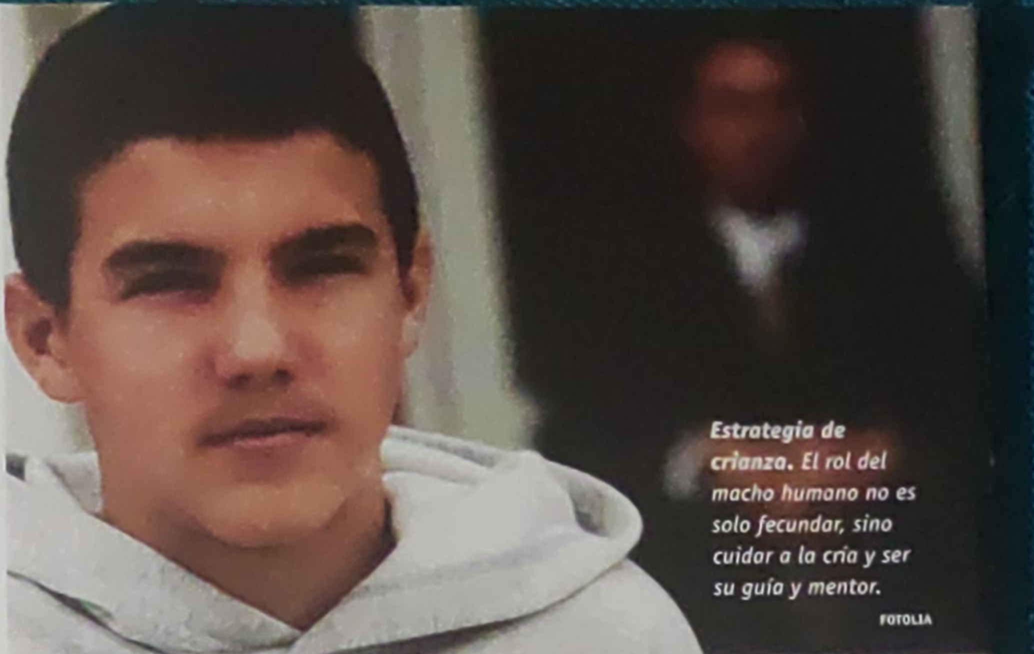
La mística del hijo varón como garante de la continuación de la vida del padre, en el que se depositan las esperanzas y responsabilidades de la cabeza de la familia –si bien ha ido cambiando a través de los siglos desde la sociedades patriarcales descritas en la **Biblia** y desde la institución del *Pater Familias* romano— sigue intacta y está en el centro de ese conflicto, muchas veces encontrado en el hijo que busca definir una identidad masculina para sí mismo de cara al padre... para bien o para mal.

Es un conflicto humano que las artes han recogido brillantemente desde los mitos griegos –Zeus destronando a su padre Kronos– hasta filmes animados como **Buscando a Nemo** –donde Marlin tiene que aprender a dejar a Nemo vivir su vida– pasando por **Hamlet**, **El Padrino** y hasta **La Guerra de las Galaxias** (**ver recuadro**).

El hambre de aceptación y validación del padre -o la rebelión de no ser cómo él- es uno de los pivotes en la existencia de todo varón que tenga la suerte de tener padre.

Pero hoy en nuestro mundo la masculinidad y la paternidad no van necesariamente de la mano. "El concepto de pater-

sigue [+]



Estrategia de crianza. El rol del macho humano no es solo fecundar, sino cuidar a la cría y ser su guía y mentor. FOTOLIA

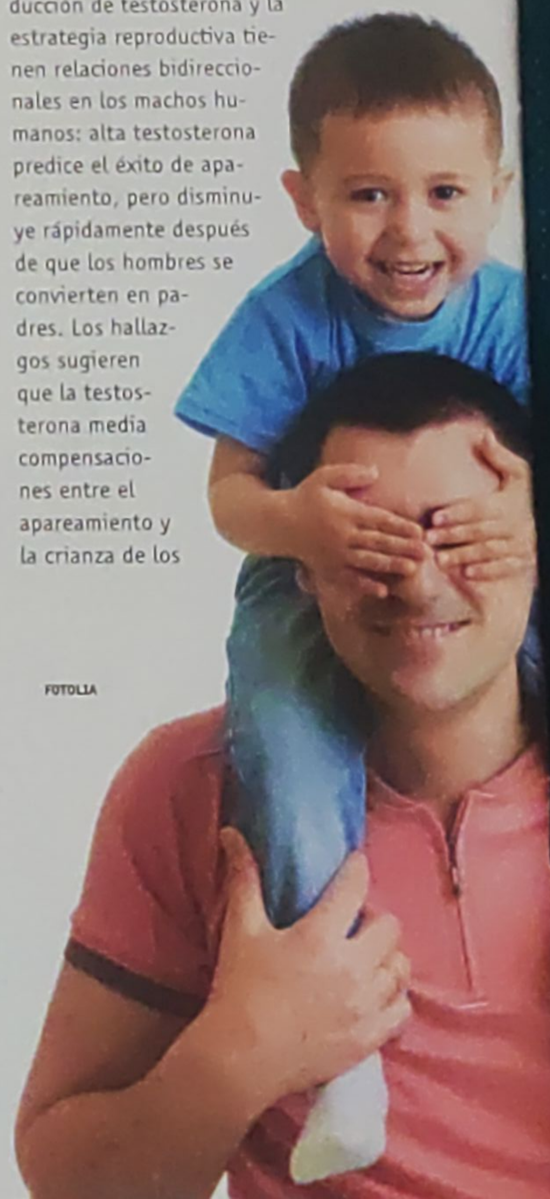
[+] nidad cambió drásticamente después de la Revolución Industrial" –señala Frank Pittman en su libro **Man Enough: Fathers, Sons, and the Search for Masculinity (Suficientemente hombre: padres, hijos y la búsqueda de la masculinidad)**. "La necesidad económica dictó súbitamente que alguien tenía que salir de la casa a trabajar y generalmente era el hombre. La masculinidad dejó de ser definida en términos de participación doméstica; es decir, las destrezas como esposo y padre, y comenzó a ser definida en términos de producir dinero. Se convirtió principalmente en el padre-proveedor, trayendo cosas para la familia en lugar de vivir y trabajar dentro de la familia".

EN LA CULTURA LOCAL, ES MÁS HOMBRE EL QUE MÁS MUJERES TIENE, INDEPENDIENTEMENTE DE CÓMO ASUME SU RESPONSABILIDAD CON LOS HIJOS QUE CONCIBE.

Los mitos modernos de la masculinidad muchas veces entorpecen la capacidad de conectarse entre padres e hijos: "los hombres son fuertes y valientes", "los hombres no son emotivos", "los hombres de verdad no expresan debilidades", "los hombres de verdad son expertos en sexo", "el valor de un hombre está dado por lo que hace y cuánto gana". De más está decir que ninguno de estos paradigmas define lo que es ser un hombre como ser humano completo. Son arquetipos de masculinidad que obedecen a construcciones sociales, pero también a respuestas biológicas. ¿Qué es lo que por excelencia biológicamente define y crea la masculinidad? ¡La testosterona! Y hoy se sabe que el macho de la especie humana está biológica y evolutivamente programado para cumplir su rol masculino siendo buen padre y no lo contrario. Que el rol del macho de la especie no es solo fecundar, sino cuidar a la cría y ser su guía y mentor.

Un estudio de la Universidad Memorial de Newfoundland, Canadá, publicado en 2011 en **Proceedings of the National Academy of Sciences** (*http://www.pnas.org*), demostró que la paternidad disminuye la testosterona en los varones humanos. En las especies en que los machos cuidan a sus crías, su testosterona a menudo es elevada durante los períodos de apareamiento, pero luego baja para permitir la crianza de la descendencia resultante. El estudio, llevado a cabo con una amplia muestra de sujetos en Filipinas, demostró que el modelo también es cierto para los humanos. Los hombres solteros con testosterona alta fueron más propensos a convertirse en padres. Una vez siendo padres en una pareja y cuidando a sus hijos, experimentaron importantes descensos en su testosterona (hasta 34%) comparados con hombres sin hijos.

Consistente con la hipótesis de que la interacción con los niños suprime la testosterona, los padres que reportaron invertir a diario tres horas o más al cuidado de sus hijos, tuvieron una menor testosterona durante el seguimiento, en comparación con los padres que no participan en la atención de los mismos. Utilizando datos longitudinales, estos resultados muestran que la producción de testosterona y la estrategia reproductiva tienen relaciones bidireccionales en los machos humanos: alta testosterona predice el éxito de apareamiento, pero disminuye rápidamente después de que los hombres se convierten en padres. Los hallazgos sugieren que la testosterona media compensaciones entre el apareamiento y la crianza de los



FOTOLIA

hijos en los seres humanos, tal como se ha visto en otras especies en las que los padres cuidan a las crías. También destacan una probable explicación de las disparidades de salud observadas entre padres con parejas y hombres solteros, ya que estos últimos son más propensos al cáncer de próstata y otros males.

La construcción social moderna, en la que el padre está fuera de la casa todo el tiempo trabajando y la crianza de los hijos fue relegada 100% a la madre, desfavorece entonces la estrategia de crianza que diseñó la naturaleza para los humanos. Cabe perfectamente hacer la hipótesis de que el padre que no pasa tiempo con su cría no disminuirá su nivel de testosterona y su agresividad y deseo de aparear con otras posibles parejas disminuirá la posibilidad de supervivencia de los hijos. "Los chicos quieren crecer para ser como su modelo masculino a seguir. Y los niños que crecen en hogares con padres ausentes son los que más arduamente tratan de averiguar lo que significa ser hombre" –afirma Thompson.

En la cultura panameña, por ejemplo, ciertamente no impera el modelo de que el mejor padre sea considerado el más hombre, sino precisamente al revés: es más hombre el que mayor cantidad de mujeres tiene, independientemente de cómo asume su responsabilidad con los hijos que concibe. La **Encuesta Nacional de Salud Sexual y Reproductiva** (2009) comprobó que en el ámbito nacional, una cuarta parte (25.4%) de los 752 mil 624 hogares contabilizados en el país está encabezada por mujeres solas y el indicador sube a 28.6% en las áreas urbanas. Hablamos de casi 200 mil hogares sin figura paterna que defina la hombría, como estar presente en el hogar, ser buen esposo y padre. Corresponde a las madres de estos hogares el buscar abuelos, tíos, entrenadores, etc., que provean roles masculinos sanos y positivos para sus hijos varones. Nada es más destructivo y venenoso para la construcción de la identidad masculina responsable que crecer sin modelos sanos a seguir.

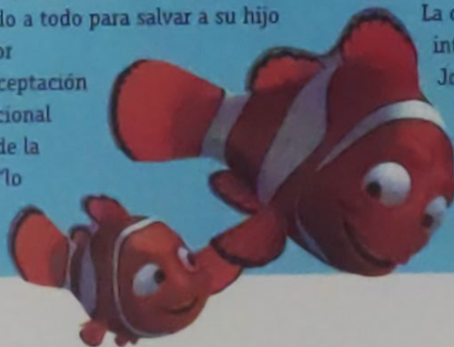
Filmes sobre padres e hijos

Pocas cosas son tan universales a la condición humana como esa relación padre-hijo con toda su carga de orgullo, dolor, expectativas, alegrías y decepciones, tal como se evidencia en el séptimo arte. Hoy muchos jóvenes aprenden sus modelos de masculinidad de los medios de entretenimiento. Y si bien hay infinidad de basura, también hay expresiones fílmicas sublimes sobre los mitos de qué es ser hombre, qué es ser un buen padre, qué es honrar al padre o deshonrarlo, competir con el padre o superarlo. En una selección completamente subjetiva estas son mis favoritas:

Matar a un ruiseñor (1962). Como modelo a seguir, el viudo Atticus Finch, quien cría solo a sus dos hijos es el mejor ejemplo de un hombre íntegro, sencillo y dispuesto a luchar por sus convicciones. (Y ver a Gregory Peck por dos horas tampoco duele).

El Padrino (1972). La lucha interna de Michael para aceptar el legado de su padre (ilegal y violento), pero también su responsabilidad familiar es legendaria. "Un hombre que no pasa tiempo con su familia nunca será un hombre de verdad", dice don Vito.

Buscando a Nemo (2003). Marlin tiene que superar su miedo a todo para salvar a su hijo Nemo, y la mejor definición de aceptación y amor incondicional parental viene de la tortuga *surfer*: "lo sabes porque lo sabes".





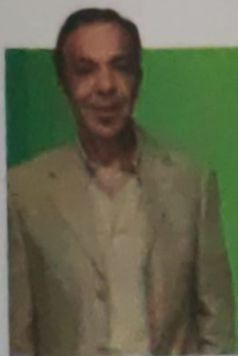
Big Fish (2003). En este extraño filme dirigido por Tim Burton (así que calificarlo de extraño es redundante), Will, el hijo, hace las paces con su padre cuando descubre que sus historias, que siempre odió, no solo son ciertas, sino la razón misma de que sea un hombre capaz de dar amor incondicional.

El Imperio Contraataca (1980) (La Guerra de las Galaxias, Episodio V): El imaginario popular del conflicto entre padres e hijos tiene un antes y un después de esta película:
Luke: "Tú mataste a mi padre".
Darth Vader: "Luke, yo soy tu padre".

La vida es bella (1997). Como modelo de padre a seguir, ¿quién puede olvidar a Guido tratando de salvar no solo la vida, sino la inocencia del alma de su hijo en un campo de concentración nazi?

Billy Elliot (2000). Pocas escenas tan conmovedoras como Jack, un viudo minero irlandés, permitiendo que su hijo baile *ballet* (¡*ballet*!) y aceptándolo a pesar de no entender ni un cabello de la cabeza de su hijo.

Indiana Jones y la última cruzada (1989). La compleja relación entre los dos inteligentes y obsesionados doctores Jones muestra con astucia por qué Indiana (mejor dicho 'Junior') se convirtió en el hombre que es. (Y ver a Sean Connery y a Harrison Ford por más de dos horas es, incluso, bueno para la salud).



Requerimientos de un gato doméstico

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com

Quienes tenemos el gusto de convivir con gatos, sabemos que la mayoría de lo que se dice sobre ellos está lejos de la realidad. Claro que si uno piensa encontrar en un felino características similares a las de un perro notará diferencias sustanciales, aunque tienen un común denominador y es disfrutar de la compañía de su gente, aunque cada uno lo haga a su manera.

Los gatos no necesitan demasiados cuidados para sentirse bien y mantenerse sanos, pero hay requerimientos esenciales que debemos cumplir para darles una buena calidad de vida. Al igual que los perros, se frustran si no pueden desarrollar las actividades que funcionalmente llevan en su genética y esto acarrea problemas de conducta que pueden manifestarse con marcajes de orina, irritabilidad y hasta agresión.

CEPILLARLOS ES FUNDAMENTAL Y MÁS SI POSEEN PELO MEDIO O LARGO. BAÑARLOS CADA TANTO TAMBIÉN ES CONVENIENTE.



***Cuidado.** Los dientes de los gatos también se limpian y necesitan revisiones, sobre todo los de cara chata.* GERARDO GANDSAS | CORTESÍA

Para ellos los juegos son vitales para ejercitar sus arraigados dotes de cazadores. Los pequeños ratones de fieltro, pelotas, juegos móviles con cuerdas e incluso algunos más sofisticados que funcionan con baterías son perfectos y necesarios para su buena salud mental. No olvide que más que jugar, están simulando una cacería y eso es lo que más les gusta.

Cepillarlos es fundamental y más si tienen pelo medio o largo, así se podrán retirar pelos muertos que al acicalarse con su áspera lengua llevarán a la boca, pudiendo convertirse en bolas de pelo que de no poder eliminarse, les podrían provocar serias obstrucciones.

Bañarlos cada tanto también es conveniente.

Rascadores de soga donde puedan gastar sus uñas son necesarios si no quiere que alguno de sus muebles se transforme en un rayado adminículo para que ellos practiquen su manicura.

La desungulación o extracción de uñas no es conveniente. Además de ser una cirugía nada sencilla, le quita al animal una de sus principales herramientas de vida. Hay opciones de coberturas plásticas para las uñas, que ya están en algunos comercios.

Las alturas son el espacio favorito de los gatos. Allí se sienten seguros y pueden controlar todo lo que sucede. Si convivieran con perros es una alternativa para que se sientan intocables.

Las torres para gatos son una excelente opción, ya que tienen rascadores, alturas y huecos donde ellos pueden meterse y sentirse protegidos. Otras más primitivas pero no menos eficientes son las cajas de cartón, que usarán como rascador y como cueva.

Los dientes de los gatos también se limpian y necesitan revisiones, sobre todo los de cara chata como los persas y otros, cuyo tipo de mordida no es ideal para una limpieza mecánica durante las comidas.

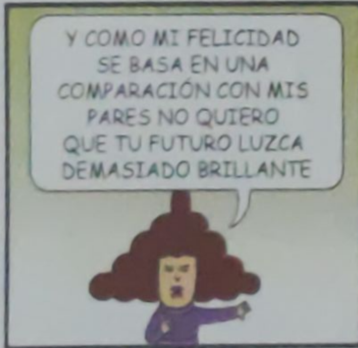

DILBERT
por SCOTT ADAMS
dilbert.com


¡QUÉ DÍA GRANDIOSO!
DilbertCartoonist@gmail.com


¿QUÉ ES TODA ESA TONTERÍA?
TRATO DE SER UN OPTIMISTA


LOS ESTUDIOS MUESTRAN QUE LOS OPTIMISTAS MUEREN MÁS JÓVENES
©2014 Scott Adams, Inc.


DE MODO QUE TODO ESTO DEL OPTIMISMO SÓLO TE HACE VER IGNORANTE


Y COMO MI FELICIDAD SE BASA EN UNA COMPARACIÓN CON MIS PARES NO QUIERO QUE TU FUTURO LUZCA DEMASIADO BRILLANTE


¡DEJA DE PENSAR QUE ESTÁS MEJOR QUE YO EN EL FUTURO!


ESTO ES EXACTAMENTE POR QUÉ DESEO MORIR MÁS JOVEN
www.dilbert.com
6-15-14


¿YA SABÍAS QUE LOS OPTIMISTAS MUEREN JÓVENES?
¡SÍ! ¿CÓMO MARCHA TU PLAN?





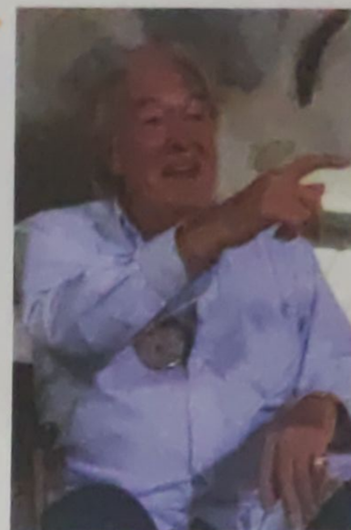
EL MEJOR FINAL DE TEMPORADA DE 'GAME OF THRONES'

Melissa Pinel Z. • mpinel@prensa.com

La triste fecha llegó con una rapidez demasiado abrumadora para los fanáticos de **Game of Thrones** (**GOT**): los 10 capítulos que componen la temporada anual llegan a su final hoy.

El éxito no ha pasado inadvertido, ya que luego de cuatro temporadas, **GOT** es oficialmente el nuevo rey de **HBO**: con 18.4 millones de televidentes durante el capítulo transmitido el domingo 7 de junio, la serie fantástica superó el récord previamente establecido por **Los Soprano** (18.2 millones de espectadores).

Según los productores, los seguidores de la serie pueden esperar un cambio en el patrón: este final de temporada no será la hora tranquila que han llegado a esperar. Titulado **Los Niños**, el capítulo ha sido catalogado como el mejor de la serie hasta el momento y entre las expectativas están tocar base con cada personaje y la introducción de un gran giro en la trama. El capítulo tendrá una duración de 66 minutos.



'CASUAL VACANCY' SERÁ MINISERIE EN 'HBO'

Michael Gambon, que en las películas de **Harry Potter** interpretó a Dumbledore, se reunirá nuevamente con las palabras de J.K Rowling. En este caso será para la versión de televisión de **Casual Vacancy**, el primer libro para adultos de la famosa autora inglesa, el cual se convertirá en una miniserie de tres partes de **HBO** en conjunto con la **BBC**. Gambon será Howard Mollison, el dueño de un deli en un pueblo aparentemente idílico, pero con fuertes conflictos morales en su puro centro.

ESTRELLA DE '24' SE SUMA A 'THE RETURNED'



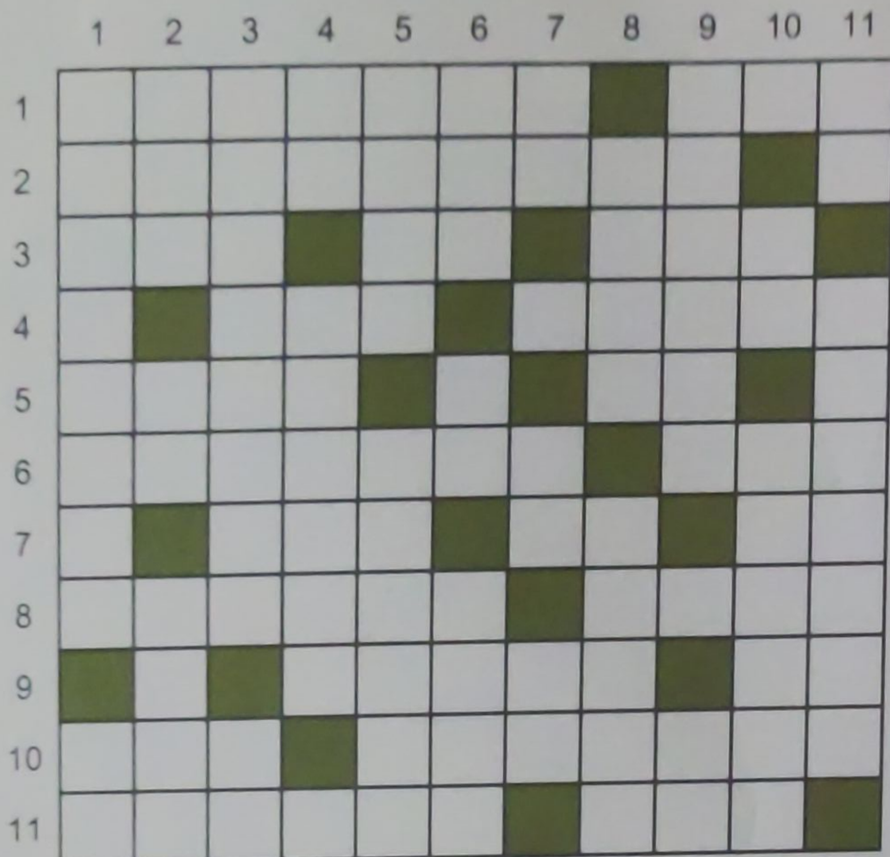
Agnes Bruckner, conocida por papeles en **24**, **Murder by Numbers** y **The Glass House**, se unió al elenco de **The Returned** como la *sheriff* en un pequeño pueblo donde la vida es puesta de cabeza, luego de que regresan locales que se presumía que habían muerto hace mucho.

ORIGINAL DE 'NETFLIX' REGRESA CON SEGUNDA TEMPORADA



Hemlock Grove, la serie original de **Netflix** del género de horror, publicará los 10 capítulos de su segunda temporada, simultáneamente, el 11 de julio. Esta promete terroríficos misterios y la introducción de nuevos personajes al ficticio pueblo de Pensilvania.

[CRUCIGRAMA]

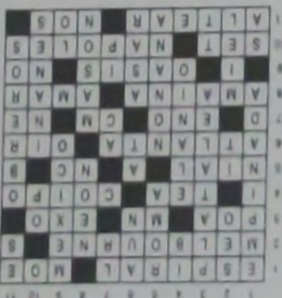


HORIZONTAL:

1. Línea curva que gira alrededor de un punto y se aleja cada vez más de él. Cantinero de Los Simpson.
2. Ciudad australiana, capital del estado de Victoria.
3. Planta de hojas lampiñas y flores en panoja sin aristas. Símbolo químico del manganeso. Prefijo de fuera.
4. Antorcha. En Chile, roedor de hábitos acuáticos.
5. Montón de paja. Iniciales de Natalia Castañeda.
6. Ciudad de EU, capital del estado de Georgia. Escuchar.
7. Sufijo de procedencia. Símbolo químico del curio. Símbolo de gas usado en el llenado de tubos fluorescentes.
8. Pierde su fuerza el viento. Sentir gran afición por algo.
9. Lugar o momento de descanso en las dificultades. Negación.
10. Tercer hijo de Adán y Eva. Ciudad del sur de Italia.
11. En Paraguay, dar la voz de alto a alguien. Pronombre dativo.

VERTICAL:

1. Cuesta casi vertical. Tipo de sociedad comercial.
2. Iglesia catedral. Iniciales de Inés Torrijos. Producto de la colmena.
3. Ave zancuda de plumaje blanco y pico en forma de espátula. Agencia de noticias sueca.
4. Iniciales de Irene Balboa. Ave con el dorso gris azulado y hombros negros, habita en Portugal y España.
5. La capital de Italia. Cosa de insignificante valor.
6. Todavía. Ástato. Sentir extremado ardor o calor.
7. Símbolo del laurencio. Antes de Cristo. Dirección lógica de un computador.
8. Gas noble, escaso en la Tierra. Bollo que sirve para cebar a las aves.
9. Cuna de los aztecas. Artículo neutro.
10. Iniciales de Omar Perea. Inútiles, insignificantes.
11. Existe. Trabajadores manuales asalariados.



[SUDOKU]



[SUMANDO]

?	x	?	x	?	=	504
-		x		x		
?	+	?	x	?	=	32
x		+		x		
?	+	?	x	?	=	128
=		=		=		
42		63		224		

[SOLUCIONES]



Para ellos
DECORACIÓN Y ACCESORIOS

Conmemorando el Día del Padre, a continuación algunas sugerencias que pueden servir de inspiración como regalo de última hora para un cumpleaños que se avecina o para decorar el 'man cave' soñado.



ILUMINACIÓN CONTEMPORÁNEA. No todas las luces deben ser de candelabros o lámparas de pie. En diseño, piense más allá. (**Kobo Design**)



SACACORCHO AUTOMÁTICO. Si no tiene uno, quizás sea hora de que se actualice. ¡Y a disfrutar de los mejores vinos! (**Porto Fino**)

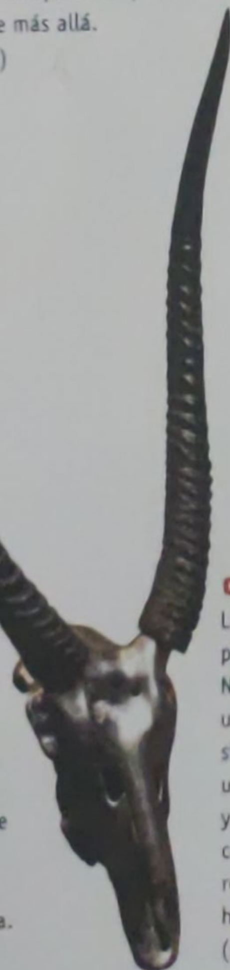




UTENSILIOS DE BAR. Siempre es útil tener una hielera y los utensilios del bar todo-en-uno para cocteles en las rocas. (**Porto Fino**)



'JUICER'. Para llevar una vida más sana, con un exprimidor podrá preparar jugos naturales, llenos de vitaminas y minerales que su cuerpo necesita. (**Sanborns**)



INSTINTO ANIMAL. Una réplica de cuernos de animal colgada en la pared confiere un aire exótico y masculino, sin afectar la fauna. (**Filamento**)



CUERO NEGRO. Lujo y personalidad. Nada luce mejor en un *man cave* que un sillón de cuero con una otomana a juego, y almohadones coloridos que resaltan en la habitación. (**Filamento**)